ஸ்ரீ திரிபுரசுந்தரீஸமேத ஸ்ரீ சந்திரமௌளீசுவராய நம:

ஆர்யதர்மம்.

त्वदीयैस्तादृक्षैः पुरहर कृपाख्यामृतझरैः
नितान्तं संसिक्ताः कति न भुवि राजन्ति कृतिनः ।
तथासत्यस्मिन् त्वच्चरणयुगलध्याननिरते
सुते यद्वैमुख्यं वहसि मयि तत्ते किमुचितम् ॥ २७ ॥

𑌤𑍍𑌵𑌦𑍀𑌯𑍈𑌸𑍍𑌤𑌾𑌦𑍃𑌕𑍍𑌷𑍈𑌃 𑌪𑍁𑌰𑌹𑌰 𑌕𑍃𑌪𑌾𑌖𑍍𑌯𑌾𑌮𑍃𑌤𑌝𑌰𑍈𑌃
𑌨𑌿𑌤𑌾𑌨𑍍𑌤𑌂 𑌸𑌂𑌸𑌿𑌕𑍍𑌤𑌾𑌃 𑌕𑌤𑌿 𑌨 𑌭𑍁𑌵𑌿 𑌰𑌾𑌜𑌨𑍍𑌤𑌿 𑌕𑍃𑌤𑌿𑌨𑌃 ।
𑌤𑌥𑌾𑌸𑌤𑍍𑌯𑌸𑍍𑌮𑌿𑌨𑍍 𑌤𑍍𑌵𑌚𑍍𑌚𑌰𑌣𑌯𑍁𑌗𑌲𑌧𑍍𑌯𑌾𑌨𑌨𑌿𑌰𑌤𑍇
𑌸𑍁𑌤𑍇 𑌯𑌦𑍍𑌵𑍈𑌮𑍁𑌖𑍍𑌯𑌂 𑌵𑌹𑌸𑌿 𑌮𑌯𑌿 𑌤𑌤𑍍𑌤𑍇 𑌕𑌿𑌮𑍁𑌚𑌿𑌤𑌮𑍍 ॥௨௭॥

ஹே புரஹர! திருபுராள் என்று பெயர்பெற்ற கொடிய அரக்கர்களைப் போரில் வென்று உலகிற்கு க்ஷேமத்தை யளித்த ஹே சங்கர! விசேஷமஹிமைவாய்ந்த தங்களுடைய கிருபை என்கிற அமுதப்பிரவாகங்களால் நன்கு ஸ்நாநம் செய்யப்பட்ட புண்யசாலிகளான எவ்வளவு ஜனங்கள் இவ் வுலகில் விளங்கவில்லை. அவ்விதமிருக்க எப்பொழுதும் உமது திருப்பாதகமலங்களையே தியானித்துக்கொண்டிருக் கும் புத்ரனான என்னிடத்தில் தாங்கள் அனுதாவாயிருக்கி றீர்களே, அப்படியிருப்பது தங்களுக்கு உசிதா?

ஹே மஹேச! உலகில் எத்துணையோ ஜனங்கள் தங்களு டைய சிறந்த அனுக்கிரஹத்தைப்பெற்று மிகவும் தன்யர்களாக விளங்குகிறார்களே, அவ்விதம் அனுக்கிரஹிக்கும் கருணைக்கட லான தாங்கள் இடைவிடாது தங்கள் பொற்பாதபத்மங்களைச் சிந்தித்துக்கொண்டிருக்கும் என்னிடத்தில் உதாஸீனமாக இருப் பதாகத் தெரிகின்றதே, அவ்விதமிருக்கக்கூடாது. என்னையும் தாங்கள் அனுக்கிரஹத்திற்குப் பாத்திரனாகச்செய்து தன்யனாக்க வேண்டுமென்று ஒரு தொண்டர் பகவானிடம் வணக்கமாய் விக்ஞாபனம் செய்துகொள்ளுகிறார். சுபம்.

உபபத்திராதிபர்,

வேதாந்த ஸார ஸங்கிரஹம்.

(நான்காவது வர்ணகம்)

(552-வது பக்கத்தொடர்ச்சி)

இந்த ஜீவனுக்கு துக்கம் ஜன்ம கர்மம் ராகத்வேஷம்முதலிய வைகள் அபிமானம், விவேகம், அக்ஞானம் என்றுசொல்லப்பட்ட இவைகளில் முன்கூறப்பட்டவைகளுக்குப்பின்கூறப்பட்டவைகள் காரணங்கள் அவைகளில்துக்கம்முதலான நான்குகள். இவைகள் நான்காவது ஐந்தாவது வர்ணகங்களில் விசாரிக்கப்படுகின்றன.

சிஷ்யன்— ஹேஸ்வாமின் ஸத்குரோ ஜீவாத்மாவிற்கு துக்கம் இயற்கையாக ஏற்பட்டதா? அல்லது வந்ததா?

குரு—வந்ததென்றுதான் சொல்லவேண்டும்.

சிஷ்—இயற்கையாக இருக்கக்கூடாதோ?

குரு— இயற்கையென்றால் பல தோஷங்கள் ஏற்படுகின்றன.

சிஷ்— அவை எவை?

குரு— இந்த ஜீவாத்மாவிற்கு துக்கம் இயற்கையாயுள்ளதென்று சொல்வோமானால் அந்த துக்கத்திற்கு ஒரு ஸமயமும் நிவர்த்தியேற்படாது. சுகமும் ஒருவனுக்கும் உண்டாகாது. துக்க நிவர்த்தியின்பொருட்டும், ஸுகப் பிராப்தியின் பொருட்டும் ஒருவனுக்கும் கர்மம் காரணமாகாது. சாஸ்திரீயங்களான ஸத்கர்மயோகத்தியானஉபாஸனங்களில் ஒருவனுக்கும்பிரவிருத்தி ஏற்படாது. வேதசாஸ்திரபுராணங்களும் பயனற்றவைகளாக ஆகும் என்றும் தெரிந்துகொள்.

சிஷ்—துக்கம் ஸ்வாபாவிகமாயிருந்தாலும் அதைப்போக்கவேண்டிய்பிரயத்னம் செய்யக்கூடாதா?

குரு—ஒருஸமயமும் அது நடைபெறாது. இயற்கையென்பது தன் ஸ்வரூபமேயாகும். தன் ஸ்வரூபநாசத்தையும் பொருட்டு யார்தான் பிரயத்னம் செய்வன் தன் ஸ்வரூபத்திற்கு நாசம் ஏற்பட்டால் புருஷார்த்தங்களை யார் அனுபவிக்கிறது.

சிஷ்—ஹே மஹாத்மன் ஸ்வாபாவிகமென்பது ஸ்வஸ்வரூபம்தான் என்பதைத் திருஷ்டாந்தவாயிலாகக் காண்பிக்கவேணுமாய் பிரார்த்திக்கிறேன்.

குரு— நீ வினவிய விஷயத்தில் நான் ஸந்தோஷப்படுகிறேன், சொல்லுகிறேன் கவனமாய் கேள். வெல்லத்திற்குத் தித்திப்பென்பது இயற்கை. அதாவது ஸ்வபாவகுணம். அந்தத் தித்திப்பிற்கு நாசமேற்படுமாகில் வெல்லத்திற்கே நாசமுண்டாகும். இதுபோல் ஜீவாத்மாவிற்கு துக்கம் ஸ்வாபாவிகமானால் துக்கநாசமேற்படுங்காலத்தில் ஆத்மாவிற்கே நாசமுண்டாகும். ஆத்மாவிற்கு ஒரு ஸமயமும் ஸ்வரூபநாசம் கிடையாதென்று 'இந்தஆத்மா நாசமற்றவன்' (பிருகதா) ஆத்மா ஆகாயம்போல் நித்யனும் விபாபகனுயு மிருக்கிறான். "இந்த ஆத்மா ஒரு ஸமயமாவது இறப்பது மில்லை பிறப்பதுமில்லைவே றுவிதமாகவும் ஆகிறதில்லை'' பிறப் பற்றவன், முக்காலங்களிலும் விளங்குகிறவன், ஸ்திரமாயி ருப்பவன் இந்த சரீரத்திற்கு ஏற்படும் நாசத்தால் ஆத்மாவிற்கு யாதொரு கெடுதலும் ஏற்படாது. அவன் அநாதியாயுள்ளவன் என்று இவ்விதம் பலவாறாக சுருதிகள் அவனைப்பற்றிப் போற்றுகின்றன. ஆகையால் ஆத்மாவிற்கு துக்கம் ஸ்வபாவமாயேற்பட்டதல்ல. பின்னே, ஆகந்தும் (வந்தது) என்று தான் அறியவேண்டும்.

சிஷ்— ஸ்வாபாவிகமாயிருப்பது நாசத்தையடையட்டும், ஸ்வ ரூபம் மாத்திரம் இருக்கட்டுமே.

குரு—அவ்விதம் ஸம்பவிக்காது.

சிஷ்—அக்னிக்கு இயற்கையிலுள்ள உஷ்ணமானது மணிமந்திரம் முதலியவைகளால்போய்விடுகின்றது ஸ்வரூபநாசம் ஏற்படு கிறதில்லை. வேறான சீதளபாவமும் வருகின்றது. இது போல் ஆத்மாவுக்கும் துக்கம் என்பது இயற்கையாயிருந் தாலும் அது மிகவும் சிறந்த கர்மா, உபாஸனை, யோகம்

முதலியவைகளின் பலத்தால் நாசத்தையடையட்டும் சுகம் உண்டாகட்டும்.

குரு—உன்னால் கூறப்பட்ட அந்த நிவர்த்தியானது அந்தஸமயத்தில் மாத்திரம் இருக்குமேயல்லாமல் எப்போதும் நிலையுள்ளதல்ல. அஃதெங்ஙனமென்றால் கர்மாவினால் உண்டு பண்ணப்பட்ட ஸகலமும் அந்தக்கர்மா நாசத்தையடைந்தவுடன் நசித்துவிடுகின்றது. உன்னால் கூறப்பட்ட திருஷ்டாந்ததார்ஷ்டாந்திகங்களான அக்னி, ஆத்மா இவ்விரண்டுகளிலுமுள்ள உஷ்ணத்வம், துக்கித்வம் என்ற இவ்விரண்டுகளும் முறையே மணிமந்திராதிகளினாலும், சிறந்த கர்மோபாஸனைகளினாலும் போனாலும் மணி முதலியவைகளை விலக்கின ஸமயத்திலும் கர்மா உபாஸனை முதலியவைகளுக்கு நாசம் ஏற்பட்ட காலத்திலும் சைத்தியமும் சுகமும் போய்விடும். பிறகு இயற்கையிலுள்ள உஷ்ணமும் துக்கமும் வந்துவிடும். இவ்விதம் அங்கீகரித்தால் ஸகலமான ஜீவர்களுக்கும் அற்பகாலம் முக்திஎன்பதைத்தவிற மறுஜன்மமில்லாததான ஸ்திரமான முக்தி ஏற்படாது. பின்னும் மோக்ஷத்தை உண்டாகிறதென்று ஒப்புக்கொண்டால். அது அநித்தியமாகவும் ஆகும். (தொடரும்) உபபத்திராதிபர்.

ஸ்ரீ காசி ப்ராம்மண மஹாஸம்மேளனம்.

(560-வது பக்கத்தொடர்ச்சி.)

இவ்விதம் ஒவ்வொரு பிரோரணையில் ஸபையோர்களால் அங்கீகரிக்கப்பெற்றபிறகு மூன்றாம்நாள் ஸபை அழகாய் முடிவுக்கு வந்தது. கடைசியில் தர்ப்பங்காமஹாராஜா அவர்கள் தன் முடிவுரையை விசேஷமாய்க்கூறி ஸம்ஸ்கிருதவிச்வவித்யாலயத்திற்கு சுமார் 50-லக்ஷம் ரூபாய் வேண்டுமென்றும், அதற்கு யாவரும் முன்வரவேண்டுமென்றும், தான் 5-லக்ஷம் ரூபாய் கொடுப்பதாயும் ஆனால் 45-லக்ஷம் வசூலானபிறகு கொடுப்பதாயும் கூறிமுடித்தனர். பிறகு ஸ்ரீவல்லபாசார்யர்கள் நீண்ட உபன்யாஸத்தின் இடையில் தாம் விசேஷமாய்ப் பொருள் உதவி

செய்வதாயும் வாக்களித்தனர். பிறகு தோதாத்ரீ ராமானுஜா சார்யஸ்வாமிகள் பிரதிவாதிபயங்கரம் அனந்தாசார்யார் த்வாரகா பீடாதிபதி சங்கராசார்யரவர்கள் ஸங்கேச்வர பீடாதிபதிகளும் இயன்றளவு முன்வருவதாய்க்கூறிய பின்னர் வந்தப் பிரபுக்களுக்கும் ஆஸ்திகர்கட்கும் மற்றவர்கட்கும்வந்தனோபசாரம். லக்ஷ்மண சாஸ்திரித்ராவிடரவர்களால் அளிக்கப்பெற்றது பிறகு அனந்த கிருஷ்ண சாஸ்திரிகளால் இச்சபை இனிது நடந்தேறுமாறு பொருள் உதவிசெய்த கனவான்களின் பெயரையும் அவர்கள் உபகரித்த பொருளின் கணக்கையும் கூறி அவர்கள் நீடூழிகாலம் புத்திரபௌத்திர சந்ததிகளுடனும் தர்மபுத்தி விசேஷத்துடனும் ஐசுவரியாபிவிருத்தியுடனும் வாழவேண்டுமென்று ஸபை முன் பிரார்த்திக்கப்பட்டது. பிறகு மங்களகோஷத்துடன் ஸபையோர் ஜே ஜே என்று ஜபகோஷத்துடனும் இனி ஒவ்வொரு வருடமும் இம்மாதிரிஸபையை ஒவ்வோர் இடத்தில் நடத்தவேண்டுமென்று எல்லோராலும் பிரார்த்திக்கப்பட்டு அவ்விதமே ஸபாபதி முதலியோரால் அங்கீகரிக்கப்பட்டது. இவ்விதம் ஸபை இனிது நிறைவேறியது. பிறகு ஸந்தோஜி மகாராஜா அவர்கள் ஒவ்வொரு நாளும் தேசப்பண்டிதக்கூட்டம் இருக்குமிடம் தேடி ஆங்காங்கு சென்று அவர்களின் ஸபையில் கவனம் செலுத்தி ஸம்பாவனை செய்து வந்த வழக்கத்தை ஒட்டி திராவிட தேசபண்டித ஸமாஜத்தையும் தரிசிக்க எண்ணம்கொண்ட குறிப்பிட்ட ஒரு தினம் சாயம் ஸந்தியைக்குப் பிறகு ஸ்ரீசுகதேவ மடமென்ற நமது ஆசார்ய மடத்திற்குத் தமது பரிவாரங்களுடன் வந்தனர். ஆங்கு தக்ஷிணதேச பண்டிதர் யாவரும் ஒருங்கு சேர்ந்தனர். முறையே சிற்சில வாக்கியார்த்தம் நடந்துகொண்டிருக்கும்போது வேதம் என்றால் मन्त्रब्राह्मणयोर्हि वेदनामधेयं மந்திரப்பிரமாணம் இவைகள்தான் வேதமெனப்படும் மந்திரமென்றும்பிராம்மணமென்றும் வாக்கியரூபமாய் இருப்பதுதான், ஆகவே பதம், ஜடை, கனம் என்ற இவை. ஸம்ஹிதையைக்காட்டிலும் வேறாய் இருப்பதாலும் ஸ்வரபேதமிருப்பதாலும் அவைகள் வேதமல்ல என்று அனந்தகிருஷ்ண சாஸ்திரிகளவர்கள் ஓர் பூர்வபக்ஷம் செய்தனர். அதைப்பலர் பலவிதமாய் ஆக்ஷேபித்தபோதிலும் சரியான ஸமாதானம் ஏற்படாததாலும் இரவு மிகநேரமாய்விட்டதாலும் அப்படியே இருக்கட்டுமென்று நிறுத்திக்கொள்ளப்பட்டது. பிறகு பண்டி

தர் யாவருக்கும் ஸன்மானமளித்துவிட்டு மகாராஜா இவ்விதம் பிரார்த்தித்தனர்.

கீழ்கூறப்பெற்ற ஸனாதனதர்மப்பிரதீபம் என்ற புஸ்தகத்தை நிர்ணயம் செய்து கூடியசீக்கிரத்தில் அச்சிடவேண்டியிருப்பதற்காக கீட்குறிப்பிடப்பட்ட பண்டிதர்களும் மற்றுமுள்ள பண்டிதர்கள் யாவரும் வருகிற மே மாதகாலத்தில் பஞ்சவடியில் கோதாவரீதீரத்தில் தயவுசெய்துவரவேண்டுமென்றும் அப்போது ஆஹ்வான பத்திரம் தனித்தனியே அனுப்புகிறேனென்றும் பிரார்த்தித்துக் கொண்டனர். இம்மகாராஜாதான் முற்கூறிய புஸ்தகத்தை அச்சிட்டுப்பிரசுரப்படுத்தினர் என்பது அப்புத்தகம் பார்த்த யாவருமறியலாம்.

இனி முக்கியமான ஓர் விஷயத்தைக்கூறி இதை முடித்துக் கொள்ளுகிறேன். இச்சபைக்கென்று விஜயம் செய்திருந்த, ஸ்ரீ சங்கேச்வர சங்கராசார்யஸ்வாமிகளவர்களை நம் ஸ்ரீமடத்திற்கு விஜயம் செய்யும்படி பிரார்த்தித்து அவர்களும் ஒப்புக்கொண்டதை ஸ்ரீ ஜகதாசார்யர்களின் ஸன்னிதிக்கு விக்ஞாபனம்செய்து கொள்ளப்பட்டது. உங்களிஷ்டம்போல் நடத்துங்களென்று ஸ்ரீசரணங்களின் திவ்யாக்ஞையைப் பெற்று ஸங்கேசுவர பீடாதிபதிகளை நம் ஸ்ரீமடத்திற்கு வரும்படி வேண்டினோம். அவர்களும் அவ்வாறு ஏற்று விஜயம் செய்தனர். அப்போது அவர்களுக்கு ஸ்வாகதபத்திரிகை பிர்மஸ்ரீ ஜகதீசுவரசாஸ்திரிகளால் படிக்கப்பட்டு ஸமர்ப்பிக்கப்பெற்ற பிறகு ஸ்ரீமடம் மானேஜர் பிர்மஸ்ரீ சுப்பிரமணியசாஸ்திரிகளால் श्रीकांची कामकोटिपीठाधिपैः श्रीसंकेश्वर पीठाधिपेभ्यो वितीर्णा என்று எழுத்துப் பதிப்பாக்கப்பெற்ற விலை உயர்ந்த வெள்ளியால் செய்யப்பட்ட, பூஜைப் பெட்டி ஒன்றும், பெரிய பட்டு ஜரிகைக்குடை ஒன்றும் ஸமர்ப்பிக்கப்பட்டது. நீண்ட கரகோஷத்தினிடையே ஸ்ரீ மகாஸ்வாமிகள் ஸ்வீகரித்துக்கொண்டு நம் லோகாசார்யரின் ஸாமர்த்தியத்தைப் பற்றி மிகவும் கேட்டிருக்கிறேனென்று வாக்களித்தனர். பிறகு ஸ்ருங்கேரி ஸ்ரீமடம் வித்வான் பிர்மஸ்ரீ ஸ்ரீநாகேச்வரசாஸ்திரிகள் அதைப்பற்றி விஸ்தாரமாய்ப்பேசும்போது ஒரு மடாதிபதிகள் இன்னொருவருக்குமரியாதை அளித்தது இதுதான்முதல் தடவை என்றும் மடாதிபதிகள் ஒவ்வொருவரும் ஒரு மனதாய் இருந்த

போதிலும் சீடர்களுக்குத்தான் வேறு வேறு என்ற வ்யவகாரம் வேரூன்றி நிற்கிறதென்றும் அது ஸாமான்ய ஜனங்களுக்கிருந்த போதிலும் பண்டிதர்களுக்கு வேண்டாமென்பதைக் காட்டவே இம்மரியாதை நடந்தது. யாவருக்கும் ஸந்தோஷமென்றும் பல வாறு புகழ்ந்து கூறினர். உடனே பண்டிதர்களுக்கெல்லாம் பிர ஸாதாக்ஷதையும் ஸன்மானமும் அளிக்கப்பெற்று ஸபை முடிந் தது. அன்று மத்தியான்னமே ஆசார்யர்களுக்கு பிக்ஷையும் நடத்தப்பட்டு விட்டதால் அன்று இரவே கிராமாந்தரத்திற்கு விஜயயாத்திரை புறப்பட்டனர். இவ்விதம் ஸ்ரீமதாசார்யர்களின் பரமானுக்கிரகத்தால் அல்பஞான நானும் இம்மகாஸம்மேளனத் தில் சேர்ந்துகொள்ளவும் திவ்யவைபவத்தை அனுபவிக்கவும்பாக் கியம் பெற்றேன். இனி ஸமயம் நேரும்போது மற்ற விஷயங்க ளையும் தெரியப்படுத்திக்கொள்கிறேன். சுபம்.

M. N. சுப்பிரமணியசாஸ்திரியள்.

ஸ்ரீ:

மாயை.

உலகவாழ்வில், நாம் காணும் பலவித ஏற்றத்தாழ்வுகளும் நம் உணர்வுக்குப் புலப்படாத ஏதோவோர் சக்தி இருப்பதாக நம் மனத்துக்குத் தெரிவிக்கும். இந்தச்சக்திதான் என்னவென் றும், இதற்கு என்ன பெயர் இடலாம் என்றும் யோசிக்கப் புகுந்த ஞானவான்கள், இது வெளிப்பட விளங்காத மயக்கமா கவே இருப்பதால் மாயை என்று பெயரிட்டனர். மாயை எதிலி ருந்து தோன்றியது? அதற்கு வளர்ச்சியும் அழிவும் உண்டா? என்பன முதலிய பல கேள்விகள் பலராலும் பல காலத்திலும் கேட்கப்பட்டவைகளே. அவற்றுக்குச் சுருக்கமாக இங்கே விடையளிக்க முயல்வோம்.

மாயையைப்பற்றிய விசாரம் மிகவும் அவசியமே. ஏனெனில் அது இன்றி ஆத்மா புலப்படுவதன்று. அது அற்புதசக்தி எனப் படுவதால் அவ்விஷயத்தில் தேர்ச்சிபெற்ற அறிவு என்பது சாத் தியமே அன்று. ஆகிலும் அதன் ஸாமான்ய அறிவே ஆத்மாவை அறிவிக்கப்போதுமானது. அவ்வளவிலேயே மாயையின் உத் தேசம் ஸபலமாகிறதல்லவா? அதன் ஸ்வரூபம் முதலியன பரஸ்

பாவிருத்தமாயிருப்பனபோலத் தோற்றலாம். ஆகிலும், அது சாஸ்திரவிகிதமாக எவ்விதம் கிரகிக்கப்பட்டபோதிலும், மோக்ஷ ஹேதுவாம் என்பது நிரூபிக்கக்கூடியதே.

மாயையில் அதன் உற்பத்திவிஷயமே மிகவும் கலக்கத்தைத் தருவதாகிறது. எவ்விதமெனில் அதன் உற்பத்தியை ஆத்மாவில் அங்கீகரிக்கின், ஆத்மா விகாரியாவான். அதனுல் அநித்யனுமாவன். அப்போது சிருஷ்டி நிகழாது. ஆகையால் சிருஷ்டி தோன்றுவதே ஆத்மா அவிகாரியாம் என்பதற்குச் சான்றும். மாயை அழியும் தன்மையும் நட்பமும் உடையது. அதனுல் அது தத்துவத்தில் ஒரு நிழல்போல், இல்லாமலே இருப்பது எனப்படுகிறது. அதனுல் அதற்கு உற்பத்தியை அங்கீகரிப்பதும் பொருத்தமாகாது. ஏனெனில், இல்லாத வஸ்துவுக்கு உற்பத்தி ஏது? அது சிருஷ்டிக்கப்பட்டதாய்க்கூறுவதெப்படி? இவ்விதத்தால் மாயை அநாதி என்றும், அதனுல் ஆத்மா அவிகாரியென்றும் கொள்வதே தகுதியாம்.

ஆத்மாவில் காலம் சித்திப்பதில்லை. அவ்விதம் சித்திக்குமாகில், ஆத்மா அநித்யனுவன். தவிர சிருஷ்டிக்கிரியையோ, எவ்விதக்கிரியையும்போல் காலத்தை அபேக்ஷிப்பதாகிறது. ஆனுல் காலமில்லாத ஆத்மாவில் காலக்கட்டுக்கடங்கிய சிருஷ்டிக்கிரியை நிகழ்வது என்பது பொருத்தமில்லை. ஆனுல் தக்க காலமின்றி ஜாலத்திற்தோன்றும் வஸ்துக்கள் ஜாலம் என்றே மதிக்கப்படுகின்றன. அதனுல் அவற்றைப்போலத்தோற்றும் சிருஷ்டியும் மாயை ஆகிறதல்லவா? இவ்விதத்தால் ஆத்மா அவிகாரியாவன். மேலும் ஸர்வஜீவிதமும் அற்பம் எனப்படுவதால் சிருஷ்டியின் ஸ்திதியென்பதும் மாயாஸ்வரூபமே. ஏனெனில் எந்தப்பிராணியும் தான் அடுத்த நிமிஷம் ஜீவித்திருக்கவேண்டுமென்று இச்சைகொள்வதற்குக்கூடச் சுவாதீனமற்றதாயிருக்கிறது. அதனுலும் சிருஷ்டி மாயை என்று கொள்வதே தகுதியாம். என் மாயை எனப்படும்?

'தேசகாலாதி ஸாமக்ரிகளின்றி இந்திரஜாலத்தால் நிகழ்தற்கரிய பதார்த்தங்கள் உண்டாமிடத்து, இந்திரஜாலத்தை மாயை என்பர். அதுபோல் அசங்க அத்துவிதீயப் பிரம்மத்தில் இச்சாதிகள் நிகழ்தற்கரியனவாம். அவற்றைச் செய்தலான் மாயை எனப்படும்' 'ஸத்தர்மாதந'

R. சுப்பிரமணிய அய்யர்,
சித்தூர் கொச்சின்.

இந்துமதத்தின் நிலைமை.

இப்பூவுலகின்கண் அனாதிகாலம்தொட்டுத் தனக்கு பரந்த நோக்கத்தால் இணையில்லா மாணிக்கமாய் சிறப்புற்று விளங்குவதும் பல மதங்களுக்கும் காரணமாயிருப்பதும் இந்துமதம்தான் என்பதில் ஐயமில்லை. இம்மதம் யாரால் எக்காலத்தில் வகுக்கப்பெற்றது என்பதையிதுகாறும் யாராலும் கூறமுடியாமலிருப்பதாலே இதன் சிறப்பு வெளியாகும்.

இம்மதத்தையும்பிறமதங்களையும் நன்கறிந்த பக்ஷபாதமற்ற ஒவ்வொருவரும் இம்மதத்தில் இல்லாத ஒரு விஷயமும் எம்மதத்திலுமில்லை என்பதை ஒப்புக்கொள்வார்கள்.

நிற்க உலகத்திலெப்பொருளுக்கும் சுழலும் சக்கிரத்தின் ஆரம்போல் சிலகாலம் மேல்நிலையிலிருப்பதும் சிலகாலம் கீழ்நிலையிலிருப்பதும் இயற்கையே. அம்மாதிரி நம் மதத்திற்கும் பல ஸமயங்கள் நேர்ந்துள. தற்காலமும் அம்மாதிரியே கீழ்நிலையைப் பல காரணங்களாலடைந்திருப்பதால் அக்காரணங்களைக் களைய நாம் முயலவேண்டும். அவைகளுள் சில பின்வருமாறு

முதலாவது மதக்கல்வியில்லாமை; இரண்டாவதாக இந்தியர்கள் பெரும்பாலும் மேனாட்டார் செய்வதைப்பார்த்து தானும் அம்மாதிரி நடப்பதே நாகரிகமென நினைப்பது. இஃது உண்மையில் குரங்கிற்கேற்றதேயொழிய மானிடருக்கு ஏற்றதல்ல. இங்ஙனம் பிறர் செய்வதுமாதிரி தான் செய்வதும் ஓர் நற்குணமாயிருப்பின் பிராணிகளிடமிருந்து அறியவேண்டிய செய்நன்றி மறவாமை முதலிய நற்குணங்களுடன் ஏன் ராமகிருஷ்ணர்போன்ற பெரியோர்கள் இதையும் சேர்க்கவில்லையோ, அவர்கள் ஒருவேளை சொல்லியிருந்தால் இம்மாதிரி நடக்கமாட்டார்கள்போலும்—

மூன்றாவதாக நம்மில் சிலர் வேண்டுமென்றே சில ஜாதியைப் பழிப்பதற்காக அத்துடன் நிற்காமல் மதத்தையும் பழித்து ஒரு மதத்திலும் சேராமல் திருசங்குவாய் நிற்பதுடன் இழிவான பிரசாரமும் செய்வது.

நான்காவது சில முகமதியர்களால் விளைந்துள்ளவாபத்து,

கடைசியாக யாவற்றிற்கும் மேலாய் இருப்பது கிரிஸ்துவப் பாதிரிகள் செய்யும் பிரசாரமே. அவர்கள் மேலுக்குத்தாங்கள் யோக்கியர்களெனச் சொல்லிக்கொண்டு விஷயமறிந்தவரிடம் வாதாடித் தன் மதமுயர்ந்ததென ஸ்தாபிக்காமல் விஷயமறியாத பாமரரிடைப் பிறமதங்கள் ஒன்றுக்கும் உதவா என்பனபோன்ற விஷமப்பிரசாரத்தைச் செய்துகொண்டும், பிறமதாசார்யர்களே தங்கள் (கிருஸ்து) மதம்தான் உயர்ந்ததெனச் சொன்னதாகச் சொல்லியும் அச்சிட்டும் வழங்குவதானது அவர்களின் உண்மைத் தன்மையைக் காட்டுகிறது.

இம்மட்டா தங்கள் மதப்பிரசாரம் என்கிற வியாஜத்தால் தங்கள் அரசாக்ஷியையும் புகழ்கிறார்கள். அஃது உண்மையென் பதற்கு அவர்கள் பிரசுரத்திலிருக்கும் சில பகுதியை யீண்டு குறிக்கின்றேன்.

"இராஜ்யங்களை நிறுத்துகிறவரும் நீக்குகிறவரும் கர்தர். அவருடைய தயவினால் ஆங்கிலேயர் இந்தியாவையாளுகிறார்கள். ஆங்கிலேயர் இந்தியாவில் கால்வைக்குமுன் இந்தியாவில் சண்டைகளும் சமாதானமில்லாமையுமிருந்தன. கர்தர் திருவுள்ளத்தால் அவர்கள் இந்தியாவை வசமாக்கினர். ஆங்கிலேயருடைய அரசாக்ஷியின்கீழ் இந்தியாவில் ஸமாதானமும் மனோரம்பியமும் குடிகொண்டிருக்கிறது."

அந்தோ! சரித்திரமறியாத பாமரர்கள் என்ன நினைக்கக் கூடும்? அவர்கள் உயர்ந்தவர்களென்றும், அவர்கள் ஆக்ஷி நன்மையைத் தரக்கூடியது என்றும், அவர்கள் மதமுயர்ந்ததென்றும் நினைப்பார்களல்லவா ?

நிற்க ஓர் பிரசாரகர் செய்த விசேஷம் வியப்பைத்தருகிறது. அதாவது அவர் பார்வையிலே "மாறக்கூடிய இந்தியரிடம் பிரசுரத்தை வழங்கினதுடன் பக்கத்தில் நின்ற முகமதியரிடம் வழங்காததேன்? நேயர்களே ஊகித்துக்கொள்ளுங்கள். அப்பிரசாரகர் யாரென நினைக்கவேண்டாம்; ஓர் இந்திய மாதே.

இங்ஙனம் தற்காலம் நேர்ந்திருக்கும் ஆபத்தைப்போக்க ஒரே வழிதானுளது. கூட்டங்கள் கூடுவதில் பிரயோஜனமில்லை. அதாவது ஒவ்வொரு ஜில்லாவிற்கும் குறைந்தது இரண்டு பிரசாரகர்விதம் நியமித்து அவர்களைக்கொண்டு கிராமங்கள்தோறும்

நன்கு பிரசாரம் செய்விப்பதே. இவ்வாறு செய்வதற்குப் பொருளில்லையென்பனபோன்ற ஆலோசனை செய்யாமல் தனவந்தர்களும் மதாசார்யர்களாயிருக்கும் மடாதிபதிகளும், மதாபிமானிகளும் முன்வருவார்களென்று எதிர்பார்க்கிறேன்.

கே, வி. சுப்பிரமணியசாஸ்த்ரி,
சிரோமணி.

கார்த்திகை.

———()———

ஒவ்வொரு வருஷமும் ஹிந்துக்களில் எல்லாக் கோவில்களிலும், வீடுகளிலும் கார்த்திகை-பூ கிருத்திகை நக்ஷத்திரம்முதல் மூன்றுநாள்களின் ஸந்தியாகாலத்தில் தீபங்களை ஏற்றிப் பூஜை செய்து, பிறகு எல்லா இடங்களையும் தீபவரிசைகளைக்கொண்டு அலங்கரித்துவருவதற்குக் கார்த்திகை என்று பெயர் வழங்குகிறது. இந்த உற்சவம் திருவண்ணாமலையில் மிகவும் விசேஷமாய் நடைபெறுகிறது. இவ்வுற்சவத்திற்குப் பல பக்கங்களிலிருந்தும் ஜனங்கள் திரள்திரளாகப் போவதைப் பார்த்திருக்கிறீர்கள். மேற்சொல்லிய மூன்று தினங்களையும் அண்ணாமலை தீபம் என்றும், ஸர்வாலய தீபம் என்றும், நாட்டுக்கார்த்திகை என்றும் சொல்வது வழக்கம்.

அண்ணாமலை தீபம்.

முன்பு ஓர் கற்பத்தில் எல்லா உலகங்களையும், ஜீவாசிகளையும், ஸ்தாவர வர்க்கங்களையும்,மற்றுமுள்ள பல பொருள்களையும் படைக்குங் கர்த்தாவாகிய பிர்ம்மதேவர், தன்னால்தான் இப்பூமண்டலத்தில் சகலமும் ஆக்கப்படுகிறதென்றும், தானில்லாமல் உலகமே இல்லையென்றும், எண்ணிக்கர்வங்கொண்டார். உடனே தன் தந்தையிடஞ்சென்று தானே பெரியோன், தன்னால் தான் உலகம், தான் படைக்காவிடில் அவருக்குப்பாதுகாக்குந்தொழில் இல்லையென்றும், அவரைப்போல ஆளும் கர்த்தாவையும் தான் படைக்கக்கூடுமென்றும் பெருமைபேசித் தானே பெரியோன் என்று கர்வங்கொண்டார். இதைக்கேட்டவுடன் மகாவிஷ்ணுக்குக்கோபமுண்டாக இருவருக்கும் பெரும்போர்மூண்டது. அதனால் உலகமுழுவதும் பெருந்துன்பத்தில் வருந்தியது.

சிவபெருமான் ஜோதிஸ்வரூபமாய் நின்றல்.

இப்படி இவர்களிருவரும் பெரும்போர் செய்துகொண்டிருக்கையில் திடீரென்று இவர்கள் நடுவில் ஒரு பெருஞ்சோதி தோன்றக்கண்டார்கள். உடனே உலகமெங்குஞ் சிவந்தன. இவர்களிருவரும் மனந்திடுக்கிட்டு நடுக்கமுற்றனர். சண்டையை ஒழித்தனர். இச்சோதியின் அடிமுடியை எவர் காண்கிறரோ அவரே பெரியவரென்றனர். மகாவிஷ்ணு வாரகவதாரங்கொண்டு, பூமியைத் துளைத்துச் சென்றார். நான்முகன் அன்னப்பறவை ரூபங்கொண்டு மேலே பறந்து சென்றார். இப்படி இருவரும் அனேக ஆயிரம் வருஷங்கள் சென்றார்கள். அன்னப்பறவைக்கு இறகுகளெல்லாம் மெலிந்தன. வாரகத்திற்குத் தன் கொம்புகளெல்லாம் தேய்ந்தன.

எவரும் அடிமுடியைக் காணவில்லை. மிகவும் மெலிந்த பிர்ம்மாவானவர் வருத்தமுற்றுக்கொண்டிருக்கையில், அந்தஜோதி ரூபமாயிருக்கும் சிவபிரானுடைய சிரசிலிருந்து வீழ்ந்ததோர் தாழம்பூ, வேகமாய் வரக்கண்டார். மனந்தெளிந்தார்; தாழம்பூவை நிறுத்தித் தனக்குச் சாக்ஷிசொல்லும்படிக்கு வேண்டினார். தாழம்பூவும் சம்மதிக்க, இருவரும் திரும்பிப் பூலோகம் வந்து சேர்ந்தார்கள். பரந்தாமனும் அங்குவர அவரிடம் மலரவன் தான் சோதியின் முடியைக் கண்டதாகவும், சாக்ஷியாகத் தாழம்பூவையுமழைத்து வந்ததாகவும் சொன்னார். தாழம்பூவும் அதையாமோதித்தது.

பிரமனுக்குச் சாபம்.

இதைக்கேட்டதும் சிவபெருமான் திடீரென்று அச்சோதியினின்றும் மிகுந்தகோபத்துடன் தோன்றினார். அவரைக்கண்டதும் பிரமன் நடுக்கமுற்று அடியற்ற பெரும்மரம் போல் கீழே வீழ்ந்தான். மகாவிஷ்ணு மகேஸ்வரரைக்கண்டு களித்துத்துதித்தார். வேண்டிய வரங்களைப் பெற்றார். பரமசிவன், மூர்ச்சை தெளிந்தெழுந்துநின்ற பிரமனை நோக்கி, நீ பொய் சொன்னபடியால் இப்பூவுலகில் உனக்கு ஆலயமும் பூஜையுங்கிடையாதொழிக என்றார். தாழம்பூவை நோக்கி இனி நீ எனக்கு உரியதாகமாட்டாய் என்று சபித்தார். (இப்போதும் பரமசிவனுக்குத் தாழம்பூ சாத்துவதில்லை.)

சாபவிமோசனம்:—

இந்த சாபத்தையடைந்த பிரமன் மிகவும்வருத்தமுற்றுக்கண்களிற்றண்ணீர் ததும்பப் பயந்து, தலைவணங்கி நின்றான். இன்செய்வதென்று அறியாது பரமசிவனைப் பணிந்து போற்றினான். அறியாமற்செய்த பிழையைப் பொறுத்தருளவேண்டினான். கருணைக்கடலாகிய சாம்பசிவமூர்த்தி மனமிரங்கிப் பிரமனே! பயப்படாதே, பிராமணர்களுக்குச்செய்யும் பூஜை யாவும் உன்னுடையதாகும் என்றும், இனி நீ முன்போல் படைப்புத்தொழிலை மேற்கொள் என்றும் பணிந்தனர். அச்சமயம் பிருர்ம விஷ்ணுக்கள் பகவானின் உஷ்ணந்தணிய அவலும், பொரியும் நிவேதனஞ் செய்தார்கள்.

சிவபெருமான் ஜோதிஸ்வரூபமாய்த் தோன்றிய தலமாகிய திருவண்ணாமலைக்கு அருணகிரி என்றும், அருணாசலமென்றும், அருணைமலை என்றும், மலைமருந்து என்றும் சொல்லும்படிக்கு ஓர் மலைரூபமானார். அதைச்சுற்றி மூன்றுயோசனை தூரம்வரையில் ஞானஸ்தலமாகும். இப்பிரதேசத்தில் எந்த நல்ல காரியங்கள் செய்தாலும், ஒன்றுக்குப்பத்துமடங்கு அதிகபலந்தரும்,பாவமே இங்கு நடக்காது என்றார் பிர்ம்மவிஷ்ணு இருவரும் தாங்கள் கண்ட ஜோதியை வருஷத்திற்கு ஒருமுறையாகிலும் தரிசிக்க வேண்டுமென்றும், அப்படித் தரிசித்தவர்களுக்கு மோக்ஷமளிக்கவேண்டுமென்றும், மலையுருவாயிருப்பின் அபிஷேக அலங்காரங்கள் செய்து பார்த்து ஆனந்தமடைவது கஷ்டமாயிருக்குமென்றும், வேண்டிக்கொண்டனர். அதற்கும் பரமசிவன், யான் சோதியாய் நின்ற தினமாகிய கார்த்திகை-ஸ்ரீ கிர்த்திகை நக்ஷத்திரத்தன்று இம்மலையினுச்சியில் ஓர் ஜோதி தோன்றும், அதைத் தரிசித்தவர்களுக்கு மோக்ஷம் தந்தோமென்றும், சொல்லித்தான் ஓர் சுயம்புலிங்கமாக அம்மலையடிவாரத்திற் எழுந்தருளினர். அதன்படியே இப்பொழுதும் அந்த தினத்தில் அம்மலையினுச்சியில் தீபமேற்றுகிறார்கள். அதை தரிசித்தவர்களுக்கு இம்மையில் செல்வமும், மறுமையில் மோக்ஷமும் உண்டென்பதின் பொருட்டு அதை தரிசிப்பதற்காகத் திரள்திரளான ஜனங்கள் பல இடங்களினின்றும் சென்று தரிசித்து இஷ்டசித்தியை அடைகின்றனர்.

K. நாராயணஸாமி அய்யர்,
டீசர் முனிஸிபல் ஹைஸ்கூல்,
விழுப்புரம்.

ஸந்தியாவந்தனம்.

(510-வது பக்கத்தொடர்ச்சி)

प्रत्यङ्मुखश्चेदाचामेत्पुनराचम्य शुध्यति ।
याम्यादिङ्मुखमाचम्य पुनःस्नानेन शुध्यति ॥

𑌪𑍍𑌰𑌤𑍍𑌯𑌙𑍍𑌮𑍁𑌖𑌶𑍍𑌚𑍇𑌦𑌾𑌚𑌾𑌮𑍇𑌤𑍍𑌪𑍁𑌨𑌰𑌾𑌚𑌮𑍍𑌯 𑌶𑍁𑌧𑍍𑌯𑌤𑌿 ।
𑌯𑌾𑌮𑍍𑌯𑌾𑌦𑌿𑌙𑍍𑌮𑍁𑌖𑌮𑌾𑌚𑌮𑍍𑌯 𑌪𑍁𑌨𑌃𑌸𑍍𑌨𑌾𑌨𑍇𑌨 𑌶𑍁𑌧𑍍𑌯𑌤𑌿 ॥

மேற்கு முகமாக ஆசமனம் செய்துவிட்டால் கிழக்கு அல்லது வடக்கு முகமாகத் திரும்பி நின்று ஒரு முறை ஆசமனம் செய்தால் சுத்தனாகிறான் தெற்கு முகமாக ஆசமனம் செய்து விட்டால் மறுபடியும் ஸ்னானம் செய்தால் தான் சுத்தனாகிறான்.

பிராணாயாமம்.—

प्राणो वायुः शरीरस्थः आयामस्तस्य निग्रहः ।
प्राणायाम इति प्रोक्तः .... ॥

𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑍋 𑌵𑌾𑌯𑍁𑌃 𑌶𑌰𑍀𑌰𑌸𑍍𑌥𑌃 𑌆𑌯𑌾𑌮𑌸𑍍𑌤𑌸𑍍𑌯 𑌨𑌿𑌗𑍍𑌰𑌹𑌃 ।
𑌪𑍍𑌰𑌾𑌣𑌾𑌯𑌾𑌮 𑌇𑌤𑌿 𑌪𑍍𑌰𑍋𑌕𑍍𑌤𑌃 .... ॥

நம் தேஹத்தினுள்ளிருக்கும் வாயுக்குப் பிராணன் என்று பெயர். அதை வெளிவிடாமல் அடக்குவதே பிராணாயாமம் எனப்படும். நாசித்துவாரங்களில் ஒன்றை மூடிக்கொண்டு மற்றொன்றினால் வெளியுள்ள காற்றை இழுத்து, அந்தத் துவாரத்தையும் மூடிப் பிறகு உள்ளேயே கூடுமானவரையில் அடக்கிவைத்துக் கடைசியில் வெளிவிடவேண்டும். இந்தப் பிராணாயாமத்தை நாம் கட்டாயம் செய்யவேண்டும் ஏனென்றால் அதனால் தேகாரோக்கியம் உண்டாகிறது. எப்படியெனின்,

वातप्रकोपात्प्रभवन्ति रोगाः 𑌵𑌾𑌤𑌪𑍍𑌰𑌕𑍋𑌪𑌾𑌤𑍍𑌪𑍍𑌰𑌭𑌵𑌨𑍍𑌤𑌿 𑌰𑍋𑌗𑌾𑌃

என்றபடி வாயு சரியாக சஞ்சரிக்காமல் வித்தியாஸமாக சஞ்சரித்தால் வியாதிகள் உண்டாகின்றன. பிராணாயாமத்தினால் வாயுவை அடக்கிச் சரியாக சஞ்சரிக்கும்படி செய்துவிட்டால் வியாதிகளினின்று விடுபட்டு சரீர ஆரோக்கியத்தை அடைகிறோம். மேலும் சாஸ்திரத்திலும் நாம் உட்கொள்ளும் காற்றானது உள்ளிருக்கும் இரத்தக்குழாய்களைப்பரிசுத்தமாக்குகிறது என்று கூறப்படுகிறது.

(Purifies blood circulation) பிராணுயாமத்தினுல் ஆயுள் விருத்தி ஏற்படும். 'ஆறிலும் சாவு நூறிலும் சாவு' (Death keeps no calendar) என்றபடி மாணம் நியதமாயிருக்க ஆயுள் விருத்தி எப்படி உண்டாகும் என்ருல் ஒவ்வொரு மனிதனும் ஒரு நாள் 24 மணியில் 21600, சுவாஸங்கள் விடுகிருன் என்று நிர்ணயம் செய்யப்பட்டிருக்கிறது. ஒருவனுக்கு 100-வயது ஆயுள் என்பதும் இந்தக் கணக்கின்பேரில்தான்; ஹூ, மீ, நாள் கணக்கல்ல. (அதாவது 21600 × 30 சுவாஸங்கள் = ஒரு மாதம். 21600 × 30 × 12 சுவாஸங்கள் = ஒரு வருஷம். 21600 × 30 × 12 × 100 சுவாஸங்கள் = 100 வருஷம்.) இந்த நூறுவயதில் பூர்வஜன்மத்தின் ஆயுளாக அமைக்கிருர். இந்த சுவாஸமானது நாம் ஒருவேலையும் செய்யாமல் சும்மாவிருக்கும்பொழுது 12 அங்குலதூரம் போகிறது. கோபத்திலும், வேகத்திலும் 18 அங்குல தூரமும் அதிக சிரமமாயிருக்கும்போது 36 அங்குல தூரமும், தூக்கத்தில் கொறட்டைவிடும்போது 96 அங்குல தூரமும், ஸ்திரீ ஸம்போககாலத்தில் 106 அங்குல தூரமும் போகிறது எனக் கணக்கிடப்பட்டிருக்கிறது. சுவாசம் நடுநிலையான 12 அங்குலத்திற்கு மேல் அதிக தூரம் போவதினுல் ஆயுள் குறைவு ஏற்படுகிறது. இவ்விதம் வீணுகச் செலவழிந்த சுவாஸத்தை ஈடு செய்யப் பிராணுயாமம் செய்யவேண்டும். பிராணுயாமத்தினுல் சுவாஸத்தை அடக்கி ஸ்வாதீனம் செய்துகொண்டுவிட்டால் தகுந்தபடி செலவழித்துக்கொள்ளலாம். நாம் சிரமப்பட்டு ஒரு நாள் முழுவதும் சுவாஸத்தை அடக்கிவிட்டால் அதற்குப்பலனுக முற்சொன்ன 21600 சுவாஸங்கள் அதாவது ஒருநாள் ஆயுள் அல்லவா நமக்கு அதிகமாகவேண்டும். அப்படியில்லாமல் பகவானுனவர் நம்மிடம் கிருபைகூர்ந்து பிராணுயாமத்தின் சிரமத்தையும் கருதி ஒருநாள் சுவாஸத்தை நிரோதம் செய்கிறவனுக்கு 64-வருஷங்கள் ஆயுள்விருத்தியை ஏற்படுத்தியிருக்கிருர். இவ்விதப் பிராணுயாமத்தின் இடைவிடாத அப்யாஸத்தினுல்தான் திரேதாயுகத்திலிருந்த தசரதன்முதலிய சக்கிரவர்த்திகளும், ரிஷிகளும் அந்தந்த யுகத்தின் ஆயுள் மானத்தைக்காட்டிலும் அதிகமாகவே 60,000 வருஷம் ஜீவித்திருந்தனர் என்பதும் வெளிப்படை.

மற்ருெரு காரணத்தாலும் நாம் பிராணுயாமம் செய்ய வேண்டும்.

शैशवेऽभ्यस्तविद्यानां यौवने विषयैषिणाम् ।
वार्धके मुनिवृत्तीनां योगेनान्ते तनुत्यजाम् ॥ ரகுவம்சம் 1.

ஶைஶவேऽப்யஸ்தவித்யாநாம் யௌவநே விஷயைஷிணாம் ।
வார்தகே முநிவ்ருத்தீநாம் யோகேநாந்தே தநுத்யஜாம் ॥

பால்யத்தில் வித்தியாப்யாஸம், யௌவனத்தில் விஷயபோகம், முதுமைப்பருவத்தில் ரிஷிகளின் ஆசரணை கடைசியாக யோகத்தினால் சரீரத்தை விடவேண்டும் என்று சாஸ்திரத்தில் கூறப்படுகிறது. கடைசியில் யோகத்தினால் சரீரத்தைவிட ஒரேகாலத்தில் ஸாத்யமல்ல. ஐந்திலே வளையாதது ஐமபதில் வளையுமா? ஆகையால் நாம் பால்யமுதற்கொண்டே யோகத்திற்கு ஸஹாயமாகப் பிராணாயாமத்தைக் கைக்கொண்டால்தான் சுலபமாகும். அதனால் தினந்தோறும் செய்யப்படவேண்டிய ஸந்தியாவந்தனத்தோடு இணைக்கப்பட்டிருக்கிறது. பிராணாயாமம், பூரகம், கும்பகம், ரேசகம் என்று மூன்றுவிதமானது. வாயுவை உள்ளே வாங்குவதற்குப்பூரகம் என்றும், உள்ளேயே அடக்கிவைத்திருப்பதற்குக் கும்பகம் என்றும், காற்றை வெளிவிடுவதற்கு ரேசகம் என்றும் பெயர். பிராணாயாமத்தில் அகர்ப்பம் ஸகர்ப்பம் என்ற வேறு இருவிதமும் உண்டு. ஜபம், தியானம் முதலியவைகளைச் செய்துகொண்டே பிராணாயாமம் செய்தால் அது ஸகர்ப்பமாகும்; அவ்விதமல்லாதது அகர்ப்பமாகும். இவைகளில் ஸகர்ப்பம்தான் கோடிமடங்கு சிரேஷ்டமானது.

पूरकः कुम्भको रेचः प्राणायामस्त्रिलक्षणः ।
अगर्भश्च सगर्भश्च प्राणायामो द्विधा स्मृतः ।
अगर्भो ध्यानहीनस्तु सगर्भो ध्यानसंयुतः ।
अगर्भात्कोटिगुणितः प्राणायामः सगर्भकः ॥

பூரக: கும்பகோ ரேச: ப்ராணாயாமஸ்த்ரிலக்ஷண: ।
அகர்பஶ்ச ஸகர்பஶ்ச ப்ராணாயாமோ த்விதா ஸ்ம்ருத: ।
அகர்போ த்யாநஹீநஸ்து ஸகர்போ த்யாநஸம்யுத: ।
அகர்பாத்கோடிகுணித: ப்ராணாயாம: ஸகர்பக: ॥

(தொடரும்) M. ராமராவ்.